



## Kurs: Gymnastik und Tanz (Lernfeldbereich A)

**Leitidee:** Erarbeitung und Demonstration verschiedener Gruppenchoreographien mit und ohne Handgeräte (z. B. Hip-Hop, Step, Reifen o. ä.)

### Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten in den thematisierten Inhaltsbereichen
- verfügen über motorische Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination) zur Bewältigung der gestellten Bewegungsaufgaben und Handlungssituationen
- gestalten kriterienbezogen rhythmische und tänzerisch-gymnastische Bewegungen
- präsentieren den kreativen und produktiven Umgang mit Formen der Bewegung
- wenden Fachsprache an
- bewältigen und bewerten Bewegungs- und Handlungsverläufe sowohl im Hinblick auf praktisch-handelnde als auch theoretisch-reflexive Kriterien
- beherrschen Verfahren zur Lösung bewegungsbezogener Aufgabenstellungen: Problemanalyse, Erarbeitung von Lösungsstrategien, Auseinandersetzung mit der Problemstellung durch Erproben und Experimentieren, Ergebnisanalyse und –sicherung
- planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements und Übungssequenzen
- reflektieren unterschiedliche Voraussetzungen in Bezug auf Leistung und Interesse, erkennen Stärkere an und unterstützen bzw. integrieren Schwächere
- entwickeln ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit
- steuern ihr Bewegunghandeln bewusst und zielgerichtet
- verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person (Selbstbild), den eigenen Körper (Körperbild, Körperhaltung, Körpersprache) und die eigenen Handlungs-/Bewegungsmöglichkeiten
- verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf eigene und fremde Ausdrucks- und Darstellungsformen

### Inhalte:

- Erlernen verschiedener gymnastischer und tänzerischer Bewegungen
- Entwicklung und Demonstration verschiedener Gruppenchoreographien
- sportartspezifische Fitness
- ggf. Muskelfunktionstest

### Leistungsbewertung:

- Präsentation verschiedener Gruppenchoreographien
- Mitarbeit im Unterricht
- ggf. Referat / Übernahme von Unterrichtsteilen, z. B. Erwärmung, Cool Down o. ä.

### Material:

- ggf. eigene Musik